

**MANFAAT PENYULUHAN DENGAN MEDIA BUKU SAKU DALAM  
UPAYA MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG  
KEAMANAN PANGAN DI SMA NEGERI COLOMADU**



Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Syarat  
Memperoleh Ijasah S1 Gizi

Disusun Oleh :

ENDRI MARDHANI  
J 310 060 026

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2010**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMADIYAH SURAKARTA  
SKRIPSI**

**ABSTRAK**

**ENDRI MARDHANI. J 310 060 026**

**MANFAAT PENYULUHAN DENGAN MEDIA BUKU SAKU DALAM UPAYA  
MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG KEAMANAN  
PANGAN DI SMA NEGERI COLOMADU**

Perubahan gaya hidup remaja dalam pemilihan dan konsumsi makanan yang jauh dari konsep makanan seimbang dan makanan berkualitas mempunyai dampak negatif terhadap kesehatan dan gizi remaja. Survei awal di SMA Negeri Colomadu menunjukkan tingkat pengetahuan remaja tentang keamanan pangan masih rendah sebesar 83%.

Tujuan penelitian ini mengetahui manfaat buku saku dalam upaya meningkatkan pengetahuan remaja tentang keamanan pangan. Buku saku dipilih sebagai media penyuluhan tentang keamanan pangan dalam upaya meningkatkan pengetahuan remaja, karena buku saku merupakan media cetak yang bisa memuat banyak tulisan gambar, dan praktis.

Jenis rancangan penelitian ini *Research and Development* dan pra eksperimen dengan *one group pretest posttest design*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI IPA SMA Negeri Colomadu yang berjumlah 276 siswa. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 sampel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

Hasil penelitian diketahui tingkat pengetahuan remaja sebelum diberi penyuluhan dengan media buku saku sebagian besar mempunyai pengetahuan tidak baik yaitu sebesar 96,9%. Tingkat pengetahuan remaja setelah diberi penyuluhan dengan media buku saku sebagian besar mempunyai pengetahuan baik yaitu sebesar 93,8%.

Berdasarkan *uji paired t-test* diketahui bahwa ada manfaat penyuluhan dengan media buku saku dalam upaya meningkatkan pengetahuan remaja tentang keamanan pangan (nilai p-value= 0,000). Saran bagi pihak sekolah untuk lebih memantau makanan yang dijual dikantin dan penjual makanan dilingkungan sekolah.

**Kata Kunci** : Pengetahuan, Remaja, Buku saku  
**Kepustakaan** : 29 : 1994-2009

**NUTRITION S1 PROGRAM STUDY  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE  
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA  
RESEARCH PAPER**

**ABSTRACTS**

**ENDRI MARDHANI. J 310 060 026**

**THE BENEFITS OF NOTEBOOK-MEDIATED COUNSELLING IN THE EFFORTS TO IMPROVE ADOLESCENTS KNOWLEDGE ON FOOD SAFETY IN THE COLOMADU SENIOR HIGH SCHOOL**

The change of lifestyle on teenagers in the selection and consumption of food which are far from balanced meal concept and qualified food have negative impacts on health and nutrients on teenagers. A preliminary survey in SMA Negeri Colomadu shows that the teenagers knowledge level on food safety remains low by 83%.

The objective of this research is to know the benefit of notebook in the effort to improve adolescents' knowledge on food safety. Notebook is selected as the media of counseling on food safety in the efforts to improve the adolescents' knowledge, because notebook is a printed media which can contain many writing, pictures and it is simple.

Type of this research is pre-experiment using research and development and one group pretest-posttest design. Population in this research is all grade IX IPA students in SMA Negeri Colomadu which amounted of 276 students. Samples in this research is of 32 samples on the base of inclusion and exclusion criteria.

The results of this research show that the level of adolescents knowledge before the counseling using notebook media mostly has low knowledge, that is of 96.9%. The level of adolescents knowledge after the counseling using notebook in most part has good knowledge of 93.8%.

Based on the paired t-test, there can be known that there is a benefits of notebook-mediated counseling in the efforts to improve the adolescents knowledge about food safety ( $p\text{-value} = 0.000$ ). The suggestion for the school is to pay more attention on the food sold in the canteen and the food sellers surrounding the school.

**Keywords** : Knowledge, adolescents, notebook

**Reference** : 29 (1994-2009)

**MANFAAT PENYULUHAN DENGAN MEDIA BUKU SAKU DALAM  
UPAYA MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG  
KEAMANAN PANGAN DI SMA NEGERI COLOMADU**



Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Syarat  
Memperoleh Ijasah S1 Gizi

Disusun Oleh :

ENDRI MARDHANI

J 310 060 026

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2010**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diajukan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini sumbernya tercantum dalam daftar pustaka.

Surakarta,     Desember 2010

Peneliti

Endri Mardhani

## PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Manfaat Penyuluhan Dengan Media Buku Saku  
Dalam Upaya Meningkatkan Pengetahuan  
Remaja Tentang Keamanan Pangan

Nama Mahasiswa : Endri Mardhani

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 060 026

Telah diuji dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi Fakultas  
Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta  
pada tanggal 08 Desember 2010 dan telah diperbaiki  
sesuai dengan masukan Tim Penguji.

Surakarta, 20 Desember 2010

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

(Mutalazimah, SKM., M.Kes)  
NIK. 786

(Siti Zulaekah, A., M.Si)  
NIK. 751

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Gizi  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta

(Dwi Sarbini, SST., M.Kes)  
NIK. 747

## PENGESAHAN

Judul Skripsi : Manfaat Penyuluhan Dengan Media Buku Saku  
Dalam Upaya Meningkatkan Pengetahuan  
Remaja Tentang Keamanan Pangan.

Nama Mahasiswa : Endri Mardhani

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 060 026

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta  
pada tanggal 08 Desember 2010 dan dinyatakan  
telah memenuhi syarat untuk diterima.

Surakarta, 20 Desember 2010

Penguji I : Mutalazimah, SKM., M. Kes (.....)

Penguji II : Muwakhidah, SKM., M. Kes (.....)

Penguji III : Ir. Listyani Hidayati, M.Kes (.....)

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Arif Widodo, A. Kep., M.Kes  
NIK. 630

## MOTTO

*“Sesungguhnya bersama kesulitan itu adalah kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain) dan hanya kepada Tuhanmulah kamu berharap”*

*(Q.S Al-Insyirah : 6 - 8)*

*Allah tidak akan membebani seseorang kecuali sesuai dengan kesanggupannya*

*(Q.S. Al-baqarah 286)*

*Janganlah kamu berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu dan janganlah kamu terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu*

*(Q.S. Al-halal 22)*



## PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah saya persembahkan buah karya ini dengan sepenuh hati kepada:

- ♥ Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya, serta yang selalu memberikan ku petunjuk dalam kehidupan ini.
- ♥ Ibu dan Bapak yang selalu berjuang tak kenal lelah untuk membimbing ku. Seiring doa-doa beliau ku jalani kehidupan ini dengan semangat. Ibu kaulah motivator hidup ku.
- ♥ Kakakku dan keluarga kecilnya yang ku sayangi, terimakasih atas dukungan, motivasi, bantuan, dan nasehat-nasehatnya.
- ♥ Keluarga besar Sastro diharjo terimakasih atas doa dan motivasinya.
- ♥ Mz fath terimakasih atas semua dukungan dan motivasi yang kau berikan.
- ♥ Seseorang yang entah dimana dan siapa yang masih Allah Rahasiakan untuk ku.
- ♥ Debi nurul anggraeni, Hafara hilma syarifah, Retno Afriyanti (terimakasih telah menjadi sahabatku selama ini yang selalu menyemangati dan mendoakanku) Putri Siwi, khairuna, nita, neti, mz tri (terimakasih karena kita telah berbagi ilmu dan selalu saling mengingatkan).
- ♥ Sahabat-sahabat ku yunita, titik, sofiana terimakasih atas doa kalian.
- ♥ Teman-teman Gizi S1 angkatan 2006 (maaf tidak bisa disebut satu per satu) terimakasih telah mewarnai sepenggal dari kisah perjalanan hidupku.
- ♥ Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu penulis dalam bentuk apapun.

## **RIWAYAT HIDUP**

Nama : Endri Mardhani

Tempat/Tanggal Lahir : Sukoharjo, 12 Oktober 1987

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Cendono RT 1/7, Sugihan, Bendosari, Sukoharjo

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Darma Wanita Sugihan I Tahun 1994

2. Lulus SD N Gentan III Tahun 2000

3. Lulus SMP N II Sukoharjo Tahun 2003

4. Lulus SMA N I Sukoharjo Tahun 2006

## KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan limpahan segala karunia, nikmat, dan rahmat Nya yang tidak terhingga kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Manfaat Penyuluhan Dengan Media Buku Saku Dalam Upaya Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Keamanan Pangan", sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar strata satu di Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Arif Widodo, A. Kep., M.Kes, selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Dwi Sarbini, SST., M. Kes, selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Surakarta.
3. Ibu Mutalazimah, SKM, M. Kes selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, nasehat, dan waktu kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Siti Zulaekah, A., M.Si selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, nasehat, dan waktu kepada penulis.
5. Ibu Muwakhidah, SKM., M.Kes selaku Penguji II yang telah memberikan masukan dan arahan.

6. Ibu Ir. Listyani Hidayati., M. Kes selaku Penguji III yang telah memberikan masukan dan arahan.
7. Ibu Dyah Widowati, SKM selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan nasehat selama penulis menempuh studi.
8. Seluruh Dosen Program Studi Gizi yang telah mengajarkan ilmunya kepada penulis.
9. Kepala Sekolah, semua guru dan siswa SMA Negeri Colomadu yang telah membantu dan bersedia menjadi sampel penelitian ini.
10. Ibu dan bapakku yang telah dengan sabar mendidik dan mendoakanku hingga saat ini.
11. Teman-teman S1 Gizi angkatan 2006, terima kasih untuk dukungan dan semangat yang telah kalian berikan.
12. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan bagi pembaca.  
Wassalam mu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta,    Desember 2010

Penulis

Endri Mardhani

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN SAMPUL DEPAN.....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>PERNYATAAN PENGESAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>viii</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Ruang Lingkup Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan Teoritis.....	6
1. Promosi Kesehatan .....	6
2. Penyuluhan Kesehatan .....	7
3. Pengetahuan .....	7
4. Remaja .....	9

5. Media Pembelajaran.....	10
6. Penelitian dan Pengembangan .....	12
7. Keamanan Pangan.....	14
8. Validitas dan Reliabilitas.....	16
B. Kerangka Teori.....	19
C. Kerangka Konsep.....	20
D. Hipotesis .....	20

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	21
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	21
C. Populasi dan Sampel .....	22
D. Jenis Variabel.....	24
E. Definisi Operasional .....	24
F. Pengumpulan Data .....	25
G. Langkah-langkah Penelitian.....	26
H. Pengolahan dan Analisis Data .....	33

### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	36
B. Pengembangan Media Buku Saku.....	37
C. Karakteristik Sampel Penelitian.....	39
D. Keterbatasan Penelitian .....	45

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	46

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kontaminasi Logam dan Efek Keracunan yang Ditimbulkan.....	15
Tabel 2. Jadwal Pelaksanaan Penelitian.....	21
Tabel 3. Definisi Operasional .....	25
Tabel 4. Urutan dan Jumlah Pertanyaan Dalam Kuesioner .....	27
Tabel 5. Distribusi Sampel Menurut Jenis Kelamin .....	40
Tabel 6. Distribusi Pengetahuan Sampel Sebelum dan Sesudah diberi penyuluhan dengan media buku saku.....	40
Tabel 7. Distribusi Pengetahuan Sampel Sebelum dan Sesudah Diberi Penyuluhan Dengan Buku Saku.....	41
Tabel 8. Hasil <i>Uji Paired T-Tes</i> Setelah Diberi Penyuluhan Dengan Buku Saku .....	42

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Desain Pengembangan Produk.....	13
Gambar 2, Kerangka Teori Penelitian .....	19
Gambar 3. Kerangka Konsep Penelitian .....	20



## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. Formulir Data Identitas Responden
2. Formulir Kuesioner Pengetahuan Tentang Keamanan Pangan
3. Kunci Jawaban Kuesioner Tentang Keamanan Pangan
4. Layout Buku Saku
5. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas
6. Hasil pengolahan Data
7. Foto Pelaksanaan Penelitian